

15 навыков, которые улучшат отношения с женой



Ярослав Медвидь

Предисловие

Рад Вас приветствовать уважаемый читатель! Меня зовут Ярослав Медвидь, я астролог и проводник в реализации предназначения человека. Больше информации обо мне и моей деятельности можете найти на сайте shankaraway.com.

Мужчина – это совокупность энергий ответственности, целеустремленности, аскетизма и справедливости. Он олицетворяет силу действий, мудрости и духовности. Это обязательный набор качеств характера, без которого мужчина не сможет привлечь к себе хорошую жену и создать с нею семейный союз.

Поэтому, задолго до отношений, настоящий мужчина должен проанализировать свой характер на явность этих качеств. Но, чаще всего мужчины сталкиваются со своими недостатками тогда, когда портятся отношения с женой. И хуже всего то, что в подобных случаях мужчины не всегда могут эти недостатки осознать. Как бы там ни было, супруг это наше зеркало и его внешнее поведение соответствует нашему внутреннему состоянию.

Навыки, приведенные ниже, помогут мужчине изменить подобную ситуацию к лучшему.

15 НАВЫКОВ, КОТОРЫЕ УЛУЧШАТ ОТНОШЕНИЯ С ЖЕНОЙ

1. Правильно реагировать на эмоции жены.

Женщина так устроена природой, что очень эмоционально реагирует на происходящие события, так сказать, «сгущает краски». Мужчину это вводит в состояние бешенства, потому что природа его психики сильно отличается от женской.

То есть, говоря по-простому, мужчину бесит все, что за пределами логики. А живя с женщиной, границы логики нарушаются каждый день, а то и несколько раз в течение дня. Например, она может расстроиться из-за дождливой или солнечной погоды, услышанной песни, неоправданных ожиданий от нового шампуня или лака для ногтей и т.д.

Все это мужчине трудно понять, потому что для него это пустяки и бред. Он не считает это важным. Для него это нелогично и не повод для расстройства. Эту идею он пытается объяснить своей жене, которой в это время нужно понимание, а не логические объяснения мужа, которые заставляют её чувствовать себя душой. В итоге все это приводит к скандалу, упрекам и обидам.

Здесь я вынужден сказать, что в подобном конфликте вина лежит на мужчине, и он должен это изменить правильной реакцией на женские эмоции, то есть реагировать на них в половину силы. А еще лучше будет, если в эмоциональном плане свою жену он будет воспринимать, как маленькую девочку, относясь к ней с умилением, заботой и вниманием.

2. Контролировать свои эмоции и проявлять их в правильной среде.

Часто, проявление супругами своих эмоций, приводит к разрушению отношений. Так происходит, потому что женщина не обладает силой выдерживать свои эмоции и ей очень важно передать их кому-то другому. Тому, кто сможет её эмоции выдержать и с легкостью их трансформировать. Через своё настроение и эмоции женщина проживает свою негативную карму. Для неё это очень важный и сложный процесс.

Но зачастую, кроме своих эмоций, в семье на женщину обрушиваются ещё и эмоции детей и мужа. Если эмоции детей она ещё может принять, то эмоции мужа становятся для неё тяжелым грузом, которые она никак не в силах поднять. И это нормально. Это естественный порядок вещей – сильный защищает слабого. С эмоциями всегда так бывает.

Существует определённая иерархия – нам всегда легко принять эмоции детей, но невероятно сложно выдержать эмоции родителей. В случае с мужем происходит подобная ситуация – для женщины муж всегда опора и

защита. Как она сможет выдержать эмоции самой сильной для нее опоры и защиты? Никак. У неё по определению нет такой силы.

Поэтому, мужчине лучше свои эмоции не проявлять при жене. Не мужское это дело. Но что тогда делать и как быть? Мужчина должен быть аскетичен в вопросе эмоций, но это не значит, что он должен стать «безэмоциональным сухарем». Просто эмоции ему надо проявлять там, где их поймут и смогут «переварить».

Например, мужчина может проявлять свои эмоции в мужской компании своих друзей, в спорте и спортивных играх. Или, соблюдая выше упомянутую эмоциональную иерархию, можно проживать свои эмоции с помощью духовной практики, молитвы, медитации, общаясь с кем-то старше и мудрее него, с Богом или духовным наставником.

3. Контролировать свой гнев и раздражение.

Гнев и раздражение нужно контролировать как мужчине, так и женщине, потому что эти эмоции приводят к агрессии и насилию, а в итоге и к разводу. В целях безопасности супруги должны научиться их контролировать и правильно их проявлять.

Очень важно научиться умению выводить внутренний конфликт наружу, высказывать претензии в форме просьбы и с уважением. Накопленное раздражение или гнев подобно сжатию пружины, чем сильнее сжатие, тем сильнее отдача удара.

Например, мужа раздражает какая-то привычка или черта характера жены, но он об этом раздражении с нею не говорит и не обсуждает это. И чем дольше это раздражение он копит в себе, тем сильнее оно потом вспыхнет гневом и скандалом.

Нужно обсуждать то, что нас друг в друге раздражает и попросить делать по-другому. Найти общий язык компромисса и договориться. Так же и с гневом. Нужно дать знать любимому человеку, что его действия или слова вызывают гнев и с уважением попросить другого поведения.

4. Не шутить над своей женой.

Многие мужчины любят пошутить над своими супругами. Это очень большая ошибка, особенно если муж шутит над её внешностью, телом или чертами характера в компании своих/общих друзей. Женщина очень чувствительна ко всему, что с нею связано, поэтому её легко задеть или оскорбить. Сарказм и шутки – это очень сильные разрушительные силы для уничтожения семейных отношений, потому что за ними стоит оскорбление. А там где проявляется оскорбление, для любви места нет. И она уходит.

5. Делать замечания жене косвенно.

По большому счету жена всегда в курсе, что она должна делать, а чего не сделала. Поэтому нет потребности ей об этом говорить или напоминать, особенно если это касается бытовых и хозяйских вопросов. Еще одна ошибка мужей заключается в том, что они указывают или, что ещё хуже, упрекают свою жену в том, что она не сделала, а должна была. Для жены это очень обидно, оскорбительно и унижительно.

Зачастую из-за многих хлопот и нехватки времени женщины могут забывать или откладывать на потом ту или иную работу, но это вовсе не означает, что она наплевала на свои обязанности. Муж должен это понимать и не создавать панику по поводу того, что какие-то дела по дому не сделаны.

Если жена не ленивая и исполняет свои обязанности, но что-то у неё там не убрано, недостирано – это значит лишь одно, что она не успевает и нуждается в помощи, заботе и поддержке, а не в указаниях. Поэтому мудрый муж должен прийти к ней и спросить, нужна ли ей его помощь, и быть готовым помогать.

В таком случае нет необходимости в замечаниях. Вообще-то их и вовсе не должно быть, не мужское это дело вмешиваться в женские дела. Но, предположим, что сложились некие обстоятельства, в которых нужно жене сделать замечание. Как это сделать? Ну, во-первых, никогда не нужно этого делать в приказательном или требовательном тоне. Во-вторых, замечание нужно высказывать в косвенной форме.

Например, вам нужно, чтобы жена на что-то обратила внимание или что-то сделала (при условии, что это относится к её обязанностям). Об этом ей нужно сказать подобным образом: «знаешь, дорогая, я недавно общался со своим коллегой по работе (он должен быть вымышленный, если жена спросит о нем нужно сказать, что это секрет) и он мне сказал, что не может понять, что ему нужно сделать, чтобы его жена исполняла свои обязанности.

Я сказал ему, что ничего не могу посоветовать, так как с такой проблемой не сталкивался». После этого важно обнять свою жену, сделать ей комплимент и выказать искреннюю благодарность за её труд, который она должна совершать каждый день. То есть, жене нужно дать понять, что она хорошая жена и домохозяйка и вдохновить ее, таким образом, на ещё большие «домашние» свершения.

6. Говорить комплименты искренно и уместно.

Ученые давно уже доказали, что человеку для чувства счастья, любви, заботы и тепла нужно от 1 до 10 объятий в день от любимых и близких людей. Это позитивно влияет на его тело, самочувствие, ауру и настроение. Так вот такой же эффект дает комплимент, сделанный любящим мужем любимой жене. Да, комплименты и обнимашки дают женщине силу расцвета, красоты и нежности. Это её вдохновляет становиться лучше и красивее для своего мужа. У нее обновляются чувства, эмоции и приливает энергия женственности.

Важный момент! Все эти чудесные изменения в жене произойдут только тогда, когда муж будет искренен в своих речах, когда его комплименты будут уместны, не заучены, а придуманы им (это жена оценит больше всего), показывающие любовь к ней и утверждающие, что она самая любимая жена в мире. Такое общение с женой требует определенных усилий и аскетизма, которых он может не проявлять из-за непонимания важности комплиментов и объятий. Но, постоянные тренировки усовершенствуют эти навыки и наградят вас уважением, благословением и любовью жены.

7. Слушать и выслушивать жену.

Это очень важный момент, но мужчинам полностью не понятен. Для начала важно понять, что психика женщины устроена не так как у мужчины и в этом заключается причина недоразумений и ссор. Противоречивость между мужским и женским началом всегда будет и это нормально, как раз за счет этого они и притягиваются, но важно не усугублять весь этот процесс.

Со стороны мужчины это возможно лишь в том случае, если он научится слушать свою жену. Процесс слушания означает, что он участвует в ее разговоре, и поддерживает его, не отвлекаясь, даже мысленно (иначе жена почувствует и обидится).

Умение мужа, выслушивать жену вызывает к нему уважение со стороны женщины. Важно знать! Когда жена высказывается мужу, она открывает ему сердце и в этот момент очень ранима. Любое резкое замечание, смех или упрек могут ранить и оскорбить, а это далеко не в пользу мужа.

Поэтому нужно быть внимательным слушателем и участвовать в разговоре. Обычно женщины в своих высказываниях много жалуются на то, как им трудно в том, или ином деле, но это не означает, что им нужно давать советы как с этими трудностями справиться, тем более, что они сами знают, как это сделать.

Все чего они хотят в подобный момент – это внимания от своего любимого мужа, а не советов и решений, которые мужчины любят предлагать, тем самым доводя своих жен до бешенства. Слушать и выслушивать – вот правильное действие и никаких вариантов решения проблем. Если муж искренне желает помочь жене, то лучше, сначала, спросить у неё может ли он чем-то ей помочь.

Если в семье между мужем и женой нет откровенных бесед, то отношения сначала будут становиться напряженными, а потом начнут портиться. Поэтому муж должен относиться с уважением к желанию жены поболтать с ним понимая, что это для него возможность сблизиться с супругой и оказать ей эмоциональную защиту и поддержку, которые входят в один из его супружеских долгов.

Важно знать! Если муж не дает возможности своей жене высказываться, то есть открывать свое сердце, потому что ему некогда выслушивать её проблемы, то она все равно такую возможность найдет. Женщина может открывать сердце уже не ему, а коллеге по работе, другу или соседу, потому что так проявляется её естественная потребность в эмоциональной защите. Таким образом, она отдалится от своего супруга и это может послужить причиной супружеской измены, в которой виновником, в первую очередь, будет муж и его неправильное поведение.

8. Предлагать свою помощь.

Нужно учитывать, что жена за день делает не меньше дел, чем муж, а зачастую, даже больше. Лишь возясь на кухне, она может намотать десяток километров за день. Хороший муж всегда должен это помнить и предлагать ей свою помощь. Это сплочает супругов, укрепляет их дружбу и доверие.

9. Всегда успокаивать жену.

Уже раньше упоминалось о том, что женщина очень чувствительна ко всему и также легко расстраивается как по мелочам, так и по серьезным причинам. Муж должен замечать эти расстройства, страхи и успокаивать её. Не нужно удивляться и говорить, что её переживания напрасны и абсурдны, что они беспочвенны или еще хуже, что она дура раз так расстраивается. Важно понять, для нее все это реально, дураком является тот муж, который это не может понять.

10. Контролировать эмоции страха и паники.

Женщину влечет к мужчине, потому что он может дать ей защиту, помощь, ласку, заботу, поддержку, обеспечить материальными вещами и осуществить её мечты. Поэтому мужчина в глазах женщины изначально герой. Этот образ делает её женственной и вдохновляет на большую преданность и любовь к нему.

Но если муж не сможет контролировать свои эмоции страха и паники и будет иметь неосторожность проявить их при жене, то эта ошибка ему обойдется дорого. Он разрушит образ героя и вынудит жену почувствовать себя незащищенной, он словно выбьет почву из-под её ног. Это в свою очередь приведет к тому, что жена, сначала, потеряет веру в мужа, а потом и уважение к нему. Но это еще не самое худшее. Проблема начнется, когда она решит, что лучше верить в себя и делать все самой.

На этом этапе происходит перекос обязанностей супругов, который приводит к ситуации, когда жена все делает за мужа и все контролирует, а он потихоньку превращается в «тряпку», безответственного, ранимого и обиженного человека. И когда жена будет полностью измотана тем, что она не на своем месте, она может подать на развод и найти другого мужчину. Поэтому мужчина должен четко понимать, как для женщины важно видеть рядом с собой героя. Образ героя он должен постоянно поддерживать и подтверждать подвигами в её честь.

Настоящий герой никогда не должен жаловаться на свои проблемы, унывать, говорить, что ему страшно, плакать, искать решение в алкоголе или паниковать. Он должен быть, как гора – нерушим. Все эти эмоции он должен держать под контролем и не проецировать на свою жену. Убедившись в том, что ситуация под его контролем он должен найти время и уединиться для того, чтобы подумать над решением своих проблем и начать действовать.

11. Чаще обнимать супругу, гладить по головке и говорить ей, что все хорошо.

Почему с женою нужно себя вести так, как будь-то бы она маленькая девочка? Для мужа это может быть не понятно, но это очень важный принцип в супружеских отношениях. Отсутствие понимания этого принципа также может приводить к холодности и отчужденности супругов. Для жены очень важен тактильный контакт, крепкое плечо и поддержка. И если мужу важны сильные и крепкие отношения со своей женой, то он должен понять важность этого принципа и практиковать его на постоянной основе.

12. Принимать замечания от жены достойно, мужественно и добросовестно исправляться.

Мужское эго очень ранимо, поэтому мужья часто реагируют агрессивно на замечания в их адрес от жены. А так как у женщины во много крат эго чувствительнее чем у мужчины, то это приводит к непониманию и ссорам. Ни в коем случае нельзя винить жену за её эмоциональность и чувствительность – это её природа. Это нужно просто помнить и смириться с этим.

Любящая жена никогда не делает замечаний своему мужу с целью его унижить, скорее наоборот – она желает, чтобы её герой стал еще лучше. И если муж способен усмирить свое эго, то сможет повести себя достойно и узнать, что ему ещё нужно сделать, чтобы его жена стала счастливее.

Понимание смысла замечаний поможет ему усовершенствовать себя как личность. И это намного лучше, чем раздуть с этого скандал и доставать жену философией мол: «ты должна меня принять таким, какой я есть». Когда спекулируют подобными принципами, это разрушает отношения.

Если воспринимать замечания жены как обратную связь, то многих проблем можно просто избежать. Семья – это то место, в котором супруги должны быть готовы всегда жертвовать своим эгоизмом, если желают быть счастливыми.

13. Не раздражать супругу и беречь от стресса.

В сегодняшнее время каждому мужчине нужно учиться такому поведению. Мужская психика имеет грубую природу, поэтому муж изначально склонен проявлять жесткость, будь это общение с женой или выполнение какой-то её просьбы. Но, мужчина это не только грубость и жесткость – это ещё и самоконтроль. Поэтому он должен уметь вести себя так, чтобы не раздражать супругу и оберегать её от стресса.

Здесь не идет речь о том, чтобы стать «подкаблучником» и во всем потыкать жене. Идея заключается в том, чтобы не создавать для неё лишнего стресса и раздражения. Например, есть мужчины, которые

вмешиваются в домашние дела жены и учат их, как они должны ими заниматься, не хотят помогать с детьми, игнорируют их желания и просьбы, перекалывают на них свою ответственность, разбрасывают одежду, не ставят вещи на то место, откуда взяли, не закрывают крышку унитаза и т.д.

Это может показаться смешным и непонятным, но подобные вещи очень сильно раздражают женскую психику и создают дополнительный стресс, который портит её здоровье. Поэтому, если муж желает, чтобы жена была здоровой и счастливой он не должен ей создавать стрессовых ситуаций и оберегать её от лишнего напряжения, предлагая свою помощь, поддержку и защиту.

14. Идти на примирение первым.

В семейных отношениях всегда будут периоды, когда ссор не избежать. Иногда они будут разрушать отношения, а иногда укреплять. Какую форму они примут – это зависит от отношения супругов к подобным периодам. Но как бы там не было супруги не должны искать виноватых и правых. В случае ссоры муж должен пойти на примирение первым. Это будет для обоих супругов благоприятнее и быстрее разрешит конфликт. Если целью есть примирение, то муж должен быть готов выслушать все высказывания супруги, ее упреки и обвинения смиренно, ничего не доказывая.

15. Самому исполнять свои обязанности и не перекалывать их на жену.

Тема обязанностей мужчины достойна написания отдельной книги, но все же, важным будет упомянуть некоторые из них, которые очень часто мужья игнорируют или перекалывают их исполнение на хрупкие женские плечи.

1. Защищать свою семью.
2. Уважать жену, её мир, мечты, идеи.
3. Найти и реализовать свое предназначение.

4. Достигать успеха в социальной среде, зарабатывать деньги и обеспечивать семью.
5. Вести духовный образ жизни, духовно развиваться и вести за собой семью.
6. Быть ответственным.
7. Отвечать за физическую культуру в семье и самому ей следовать.
8. Изучать, как устроена женская психика.

Для более глубокого изучения мужских обязанностей рекомендую изучить книги и лекции О. Г. Торсунова.

Следуя этим принципам свои семейные отношения можно вывести на качественно новый уровень, укрепить связь с супругой и обрести баланс в семейной жизни.

Ярослав Медвидь

shankaraway.com